



## **Focusing und verkörperte Achtsamkeit – Dein Körper weiß die Antwort ...**

Focusing ist eine ver-körpernde Lebens- und Arbeitspraxis, die schlichte Tiefe und präzise Wirksamkeit verbindet. In diesem Grundlagenkurs werden wir Focusing erleben, entfalten, partnerschaftlich begleiten und anwenden. Eine Zertifizierung ist möglich. Im Focusing bewegen wir eingefahrene Muster und Blockaden, verflüssigen verfestigte Denkweisen und Selbstbilder. Focusing wurde von Prof. Eugene Gendlin als Essens aus geglückten Veränderungsprozessen in der Psychotherapie und philosophischen Untersuchungen entwickelt.

Focusing wird in der Selbsthilfe, Psychotherapie, Pädagogik, Kreativität, Forschung und Sinnfindung angewendet.

**Leitung:** Astrid Schillings, Dipl. Psych./Dipl. Soz. Päd., Psycholog. Psychotherapeutin, Focusing-Ausbilderin und Koordinatorin des Internationalen Focusing Instituts New York  
**Assistenz:** Danny Gehlen, MA Psychologie in Ausbildung zum Focusing Professional

**Ort:** Focusing Institut Köln, Brüsseler Platz 6, 50672 Köln

**Zeiten:** 29./30. Mai, 19./20. Juni, 28./29. August, 25./26. September 2021,  
30./31.10.2021

Samstag von 10 bis 18 Uhr und Sonntag von 10 bis 17 Uhr

Mittags- und Arbeitspausen sind flexibel. Die Wochenenden bauen auf einander auf.

Der Kurs wird als Weiterbildung bei der **Psychotherapeutenkammer NRW** angemeldet und mit 100 Punkten zertifiziert.

**Kosten:** 1.375 € (275 € je WE)

**Bildungsscheck** und **Bildungsprämie** sind möglich.

**Anmeldung:** [www.indito.de](http://www.indito.de)

<https://indito.de/seminar-details/?SemID=68119&T=1321>

**Kursnummer:** indito-5161

Kontakt: [astrid.schillings@focusinginstitut.eu](mailto:astrid.schillings@focusinginstitut.eu)  
Telefon: 0221-56 25 770